


# Qi Gong & Taiji an der Nordsee im HAEVN am Meer in Reußenköge

Entfalte Deine Kraft und finde innere Balance

SHAOLIN / SHI XINGGUI

# JANUAR 2027

Vier Möglichkeiten, Shaolin QiGong zu erleben



## Vortrag: Gesundes Leben

18. JANUAR, 18 bis 19 Uhr

Eine abendliche Stunde für Impulse aus der Shaolin-Tradition

für einen bewussten Lebensstil:

Ernährung, Bewegung, innere Haltung und die Kraft täglicher Übung

Kostenlos oder Spende an die Stiftung



## QiGong mit Xinggui

18. JANUAR - 19 bis 20 Uhr - eine abendliche Stunde

Montags-Abend-Training

Ein Abend zum Ankommen: bewusst atmen, den Körper bewegen und neue Energie für den Alltag sammeln.

Kostenlos oder eine Spende an die Stiftung



## Vom Kennen zum Können

19.–22. JANUAR, 4 Tage von 9 bis 17 Uhr

Shaolin Praxis-Fortbildung zu Bagua I, Lohan II, Bagua II & speziellen Übungen

Vier Tage intensive Praxis: Bewegungen vertiefen, Konzentration Stärken, die QiGong-Prinzipien verinnerlichen und Schritt für Schritt sämtliche QiGong Übungen durchgehen, korrigieren und tiefer verstehen.

624 € - als Fortbildung ohne MwSt.



## Schutz und Reinigung

23.–24. JANUAR, 9 bis 17 Uhr

Shaolin · 2 Tage

Ein Wochenende mit QiGong, Atemarbeit und achtsamer Bewegung – für innere Klarheit, Stabilität und bewusste Regeneration.

250 € inkl. MwSt.

SHAOLIN / SHI XINGGUI

# JUNI 2027

Vier Seminare für Bewegung, Balance und Entwicklung



## Taiji Chen 18er Form

03.–04. JUNI, 9 bis 17 Uhr

Shaolin · 2 Tage

Die Kraft aus der Mitte entdecken: fließende, spiralförmige Bewegungen, Standfestigkeit und lebendige Dynamik.

280 € inkl. MwSt.



## Selbst-Heilungs-QiGong

05.–06. JUNI, 9 bis 17 Uhr

Shaolin · 2 Tage

Sanfte Bewegung, bewusster Atem und meditative Aufmerksamkeit. Zwei Tage, um zur Ruhe zu kommen und sich neu auszurichten.

250 € inkl. MwSt.



## Mentaltrainer Modul 1

07.–11. JUNI, 9 bis 17 Uhr

Shaolin · 5 Tage - intensiv, lehrreich, heilsam, Resilienz stärkend

Mentale Klarheit, Konzentration und Selbstführung: praktische Übungen für eine bewusste und stabile innere Haltung.

1.500 € als berufliche Fortbildung ohne MwSt.



## Stammzellen QiGong

12.–13. JUNI, 9 bis 17 Uhr

Shaolin QiGong · 2 Tage

Ein regenerationsorientiertes QiGong-Wochenende mit achtsamer Bewegung, Atemübungen und bewussten Ruhephasen. Der Körper regeneriert täglich Milliarden von Zellen in Relation zu unserem Lebensstil. Sei dein eigener Arzt.

280 € inkl. MwSt.

DER MENSCH HINTER DEN SEMINAREN

# Shi Xinggui



SHAOLINMEISTER

Shi Xinggui verbindet traditionelle Shaolin-Praxis mit einer klaren, lebendigen Vermittlung. Seine Seminare laden dazu ein, Bewegung und innere Haltung unmittelbar zu erfahren.

www.shixinggui.com

## HAEVN am Meer

Ein Ort für bewusste Bewegung, Begegnung und Erholung – inmitten der weiten nordfriesischen Landschaft. Hier bekommen Lernen, Üben und Regeneration ihren Raum.

---

TERMINE & ANMELDUNG

Wenn du Fragen hast, dann melde dich gerne per Tel oder Messenger :-)

**Anmeldungen bitte über unsere Webseite.**

Cecilienkoog 7 · 25821 Reußenköge
+49 170 93 88 011 · info@haevn-am-meer.de

www.haevn-am-meer.de

Haevn
AM MEER

